

Presse-Info Wildschönau

19. Juli 2021

Erst „auf“, dann runterkommen: Berg-Yoga in der Wildschönau

(Wildschönau) Die Wildschönau setzt im Sommerprogramm auf entspannende Bergmomente. Yoga-Trainerin Daniela Gwiggner zeigt bei Asanas im Freien, wie die indische Bewegungslehre mit der Tiroler Bergwelt harmoniert. In ihrem Outdoor-Studio rollt sie die Matte vorzugsweise auf der Hüttenterrasse aus. Zum Beispiel bei Lunch- oder Sunset-Sessions auf der Vorderen Feldalm an ausgewählten Terminen im Juli und August (30. und 31. Juli, 6., 7., 13. und 14. August). Bei den Kosten von 28 Euro immer mit dabei: Die phänomenale Aussicht auf die Wildschönauer Bergmajestäten und danach die gesunde Stärkung mit regionalen Produkten auf der Alm. Wer noch mehr Mountainyoga genießen möchte, meldet sich für die Yogatage am Schatzberg oder im Wastlhof an. Neben herabschauendem Hund, Sonnengruß und Co. bleibt noch ausreichend Zeit, um das idyllische Hochtal in den Kitzbüheler Alpen zu erkunden.
www.wildschoenau.com/yoga

Hinweis: Die Langfassung des Textes und weitere Fotos werden am 22. Juli versendet.